
Van de voorzitter

Beste Vrienden,

Wellicht een beetje laat, maar ik wens u allen bij deze nog een gezond, gelukkig en sportief 2015 toe.



We kunnen als atletiek liefhebbers terugkijken op een fantastische sportzomer, met internationale successen op de WK junioren en natuurlijk de medailleregen op het EK Atletiek in Zurich. Met name de gouden medailles van Dafne Schippers sprongen eruit. Het is goed voor de atletiek om weer eens zo'n internationaal aansprekende kopvrouw te hebben, waarmee ik natuurlijk de gouden medaillewinnares Sifan Hassan niet te kort wil doen. Voor de Atletiekunie reden om dit te vieren met een extra feestelijke nieuwjaarsreceptie in Oosterbeek!

Maar ook voor ons als (bestuur van de) Vrienden is 2014 een memorabel jaar geweest. Zo hebben we fondsen kunnen werven, waarmee het voortbestaan van het Jeugdfonds in ieder geval voor de komende jaren is gegarandeerd. Met speciale dank aan onze leden Chris Konings, Harry Peters en Roelof Veld! Dank ook aan alle leden die tijdens de ALV in Gouda akkoord zijn gegaan met een contributieverhoging, waarvan de baten gebruikt zullen worden voor activiteiten (met name t.b.v. het Jeugdfonds).

De ALV was in meer dan een opzicht memorabel. Niet alleen omdat we die hielden in de oudste herberg van het prachtige Gouda, maar ook omdat de vergadering nagenoeg unaniem akkoord is gegaan met het feit, dat we ons vanaf nu 'Vrienden van de Atletiek' zullen noemen. Natuurlijk blijven we ook 'Vrienden van elkaar' en zal het bestuur bewaken, dat we als vriendenclub onderling bijeen kunnen komen bij de jaarlijkse reünie. Maar het is ook ons nadrukkelijke streven als Vrienden meer te betekenen voor de huidige en de toekomstige (top-)atleten. Het Jeugdfonds is daar een fraai voorbeeld van, evenals de lobby die is opgestart om ook de 40-ste editie van de C-interland, die onder de bezuinigingen van de AU dreigde te sneuvelen, toch door te laten gaan. Dat is gelukt, met dank aan de Unieraad en het bestuur van de AU! De komende maanden zullen we bekijken hoe wij als Vrienden de AU kunnen ondersteunen bij de (extra feestelijke) organisatie van deze wedstrijd EN hoe we er aan kunnen bijdragen, dat deze wedstrijd ook zijn 50-ste jubileum kan vieren!!

Ik hoop velen van u te zien op het Vriendentrefpunt tijdens de NK-indoor. Net als vorig jaar zal de AU voor ons een apart vak op de tribune reserveren, zodat we samen kunnen genieten van (hopelijk prachtige) atletiek!

Tot bij het trefpunt bij de NK-indoor, of tot de volgende Vriendenband!

Els Stolk, voorzitter

Van het secretariaat

Adres secretariaat:

Kees de Kort, Lange Trekke 17, 5071 TR Udenhout

Tel.: 013 5112583 of 06 10150009

E-mail: secretaris@vriendenvandeknau.nl

Website: <http://www.vriendenvandeknau.nl>



Nieuwe leden

- Als donateurs hebben zich aangemeld de dochter en zoon van Vriend Huug Fischbuch. Het gaat om dochter Jolanda Veludo-Fischbuch van 23 april 1967 en zoon Remco van 20 januari 1964.

Opzegging lidmaatschap

Het lidmaatschap is opgezegd door: Gré Wortman-Soesbeek, Coen Jansen, Joep Delnoye, Vriezo Wagena en Gees Jorna-van der Land.

Wijzigingen

- Het e-mailadres van Selma Heijstek is geworden swalm@ziggo.nl
- Per 1 december is Olga Commandeur verhuisd naar Beverwijk, Bankenlaan 24, 1944 NM, telefoon 06 52650357
- Het vaste telefoonnummer van Ben Callemeijn is vervallen. Zijn mobiele nummer is 06 40015635
- Het e-mailadres van Frans van der Ham is geworden fvdham54@gmail.com

Ledeninformatie

- Chris Konings onderging op 10 december een knieoperatie. Deze is geslaagd, maar zoals vrijwel altijd gaat het herstel langzamer dan de patiënt voor ogen had. De fysiotherapeut en Elly zullen hem wel in bedwang houden om het proces zijn gang te laten gaan.
- Corrie Roovers-van den Bosch heeft enkele operaties en chemokuren achter de rug en maakt het naar omstandigheden weer redelijk goed. Ze ontvangt graag telefoontjes en bezoek (op afspraak), zie hiervoor Vriendenband #5, 2014.

Opmerking: graag bij een adreswijziging of wijziging van e-mail er rekening mee houden dat je de wijziging niet alleen stuurt naar de Atletiekunie, of naar het secretariaat van een vereniging die rechtstreeks is gekoppeld aan de database van de Atletiekunie, maar ook naar het secretariaat van de Vrienden. Wij krijgen wijzigingen namelijk niet automatisch door van de Atletiekunie.

Lifetime Coach Awards voor Ineke Bensen en Bram Wassenaar

Tijdens de Nieuwjaarsbijeenkomst van de Atletiekunie op 22 januari hebben onze leden Ineke Bensen en Bram Wassenaar op voorspraak van de Atletiekunie een Europese 'carrièreprijs' voor hun loopbaan als coach ontvangen.



Ineke is verantwoordelijk geweest voor vele nationale kampioenschappen van Robin Korving (+ een Nederlands record 110 m horden 13,15), Gregory Sedoc en Marcel van der Westen en was grondlegger voor de latere internationale

Ineke Bensen wordt geïnterviewd door presentator Toine van Peperstraten.

medailles van hen. Momenteel scoort ze met Rosina Hodde (finaliste EK Atletiek).

Daarnaast was ze jarenlang bondscoach horden, is betrokken als opleider/bijsholer, en is al jarenlang clubcoach.

Bram behaalde met Han Kulker internationale medailles op de EK, EK i en WK Indoor (1500 m). Hij begeleidde Kamiel Maase naar Nederlandse records op de 5000 m, 10.000 m en marathon, een 2e plaats op de EK cross en 3 x een top 12-positie op de WK 10.000 m. Daarnaast was hij zeer lang bondscoach en clubcoach. Momenteel heeft Bram weer succes met bijvoorbeeld EK-kwalificaties voor Andrea Deelstra, Tom Wiggers en op de WJK Noah Schutte. En last but not least natuurlijk zijn eigen loopbaan met Nederlandse records op de 800 en 1500 m.



Bram Wassenaar is blij met zijn award, met naast zich Ellen van Langen, die de prijzen overhandigde.
(foto's Erik van leeuwen)

Bron: Atletiekunie

Gedachtenis aan Nico Admiraal

Met zijn rijzige gestalte, wat langer haar en een wat ruigere baard was zijn aantreden in de Unieraadsvergadering opvallend te noemen. Nico Admiraal, oud-atleet, verenigingsmens, zachtmoedig en bescheiden. Gedurende zijn jaren in de Unieraad boeiden hem in het bijzonder onderwerpen over baanatletiek, de atletiekverenigingen en de onmisbare vrijwilligers.



Nico Admiraal (links) als microfonist met zijn collega's, na afloop van het NK in 2012. (fotoarchief VB)

DEM, onder meer enkele jaren als voorzitter. Dit waren niet de gemakkelijkste jaren. Bij de renovatie van de atletiekbaan was er behoorlijk wat misgegaan en het kostte Nico heel wat bezoeken aan het gemeentehuis en veel praten om uiteindelijk toch de vereiste atletiekbaan te krijgen. Als wiskundeleraar had Nico het een en ander met cijfertjes. Dit kwam uiteraard van pas in zijn microfonistenwerk, maar ook stond hij lange tijd bekend om zijn lijstjes. Kort na een NK kon je de klok erop gelijk zetten dat Nico zijn statistieken over de NK-medailles met anderen wilde delen.

Enkele jaren terug werd Nico overvallen door de gevreesde ziekte. Nico voelde zich echter niet ziek en bleef optimistisch. De laatste keer dat ik hem sprak was in de zomer. De precieze aanleiding weet ik niet meer, maar zondag 7 december vroeg ik mij ineens af hoe het met hem zou gaan. Ik ging naar zijn Facebookpagina en trof daar een profielfoto

Maar het was daarnaast zijn warme stemgeluid dat de aandacht trok. Van dit laatste heeft hij als microfonist binnen de atletiek jarenlang en op enthousiaste wijze gebruik gemaakt. Nico groeide hierin naar het nationale niveau en stond bekend om zijn goede voorbereiding. Op een gegeven moment had hij bij de start van onderdelen in het Olympisch Stadion zoveel informatie over de atleten, dat hem zelfs gevraagd moest worden zich wat in te houden. En dat begreep hij en paste zich aan, want op enig moment moest er toch echt gestart worden.

Daarnaast was Nico een gedreven vrijwilliger bij atletiekvereniging

aan van Nico, schuin overpeinzend naar boven kijkend. Achteraf vraag ik mij af wat dit te betekenen heeft gehad. De dag erna was er een rouwkaart in de bus. Nico Admiraal was vrijdag 5 december, ruim een half jaar voor zijn pensioendatum, overleden.

Mensen die te jong overlijden en nog volop in het leven staan, hebben vaak een drukbezochte begrafenis. Dit was zeker het geval bij Nico. De aula in Beverwijk was veel te klein voor alle belangstellenden. Uiteraard familie en vrienden, collega's en leerlingen van zijn scholengemeenschap in Hoorn en mensen uit de atletiek. Soms denk je vrij veel te weten van iemand, maar hier liet Nico mij verrassen. Een van de voorbeelden: dat collega's en vrienden zo positief over de overledene spreken is niet bijzonder, maar de oprecht gemeente positieve uitspraken van zijn (oud-)leerlingen mogen zeker uniek genoemd worden. De atletiek verloor in Nico onder meer een markant microfonist, de school in Hoorn nam zo te horen afscheid van een van de beste en populairste leraren ooit.

Wim Sloatbeek

Voormalig voorzitter van de Atletiekunie

ATLETIEK WEEK

- **iedere dag al het atletieknieuws op de website**
- **verslaggeving van vele wedstrijden in binnen- en buitenland**
- **en zesmaal per jaar interviews en reportages in ons magazine**

Alles voor de atletiekfan op www.atletiekweek.nl

Het jaar 1975

Veertig jaar geleden, in 1975, richtten Bill Gates en Paul Allen met z'n tweeën Microsoft op. Het was ook het jaar waarin Henny Kuiper wereldkampioen wielrennen werd op de weg, Nederland met Teach-In voor de laatste maal het Eurovisie Songfestival won en Amsterdam zijn 700-jarig bestaan vierde. Om maar 'ns een paar dwarsstraten te noemen.

Op atletiekgebied gebeurde er dat jaar in ons land ook het een en ander. Zo liet Jos Hermens in twee opeenvolgende wedstrijden in september maar liefst drie wereldrecords voor zich optekenen, op de 10 Engelse mijl, de 20.000 m en de uurloop wel te verstaan. Die twee laatste zou hij zelf in 1976 alweer verbeteren. De 20.000m komt nu niet meer in de recordlijsten voor, maar die andere twee staan nog als de beste Nederlandse prestaties ooit te boek, het uurrecord zelfs als Europees record.

Dat was echter nog niet alles. Olga Commandeur werd Europees jeugdkampioene op de 800 m en liet later dat jaar op deze afstand ook nog eens de beste wereldprestatie ooit bij de meisjes noteren. Die gouden plak van Olga op de EJK in Athene was trouwens de tweede van de vijftien die atleten uit ons land in de loop der jaren op dit toernooi zouden verzamelen. Jip Vastenburg sluit de rij met haar overwinning op de 5000 m op de EJK van 2013 in Rieti.

Aan dat EJK-toernooi van 1975 ging echter nogal wat vooraf en onbedoeld speelde uw redacteur daarin een rol.



Jos Hermens in het kielzog van de alom betreunde, veel te vroeg overleden Gerard Tebroke, op weg zijn wereldrecords op de 20.000 m en de uurloop. (foto Theo van de Rakt)

Overvloed aan talent

De 800 m bij de meisjes was het jaar ervoor stevig op de kaart gezet in ons land. Niet minder dan acht jonge atletes hadden in 1974 een tijd van 2.14,0 of sneller gelopen en daar zaten maar liefst vijf B-meisjes bij. Van genoemd achttal waren er vijf zelfs sneller geweest dan 2.11,0, de limiet-eis voor de EJK in 1975. Hiervan viel alleen Tineke Kluit

af, die 127 dagen te oud was om nog te mogen deelnemen. Het overblijvende viertal, te weten Fieke Kamps, Olga Commandeur, Rona Keller en Karin de Nijs, kwam in de nationale selectie terecht, die zou worden voorbereid op deelname aan de EJK. Mits de limiet in 1975 opnieuw zou worden gehaald, zouden er ten slotte maximaal drie mogen deelnemen aan de 800 m in Athene..., was althans de logische gedachte. Het viertal kwam onder de hoede terecht van Hans Keizer, die toen sinds zo'n jaar of twee bondstrainer was voor de middenafstand. Ik volgde de ontwikkelingen met meer dan gewone belangstelling. Allereerst natuurlijk vanwege de voor AV Suomi uitkomende Olga Commandeur, die ik in 1972 als veertienjarige van nabij - ik was toen zelf voorzitter van die club - haar eerste atletiekstappen had zien zetten en wier spectaculaire doorbraak ik sindsdien op de voet had gevolgd. En ook Hans Keizer had mijn bovengemiddelde aandacht. Hij en echtgenote Ilja waren immers eveneens van Suomi afkomstig. Hadden Hans en ik in de jaren zestig niet allebei in menige competitiewedstrijd de nodige punten bijeengescharreld voor deze Velsense vereniging?

Rete-gezellig

Keizer ging zeer consciëntieus aan de gang met de veelbelovende meidengroep, was ook zeer betrokken bij het stel. Olga, die ik vorig jaar sprak voor de Voetlichtrubriek, zei er toen het volgende over: "We hadden geweldige trainingen, want hij was zó vreselijk gastvrij. Zo mochten we met al die meiden – rete-gezellig natuurlijk – bij hem logeren. In het weekend gingen we dan met Ilja en Hans in de duinen bij Rhenen trainen. Dat is uniek dat zo'n trainer dat doet, zo'n gezinnetje met die kleintjes die ze toen hadden. Zó bijzonder." Een andere atlete uit die selectie, Rona Keller, sprak zich in 1975 al in uiterst positieve zin uit over de groep: "We zijn gewoon vriendinnen van elkaar, tot je op de baan bent, want dan ben je eigenlijk elkaars vijand. We logeren bij elkaar, we kunnen verschrikkelijk goed met elkaar praten en met elkaar omgaan. We hebben gewoon een ontzettend fijne groep."

Binnen KNAU-kringen waren in 1975 de trainingsmethoden van Hans Keizer, gebaseerd op conditietests welke zijn pupillen jaarlijks viermaal moesten ondergaan, nog relatief onbekend. Teneinde daar enige verandering in te brengen, bezocht ik hem in mei van dat jaar thuis in Rhenen voor een interview, wat resulteerde in een artikel van twee pagina's in de AW van 12 juni 1975 over zijn trainingstechnische en begeleidingsopvattingen. Op dat moment hadden we nog geen idee van de ten hemel schreiende taferelen die zich nog in diezelfde zomer zouden afspelen.

Kritiek

In diezelfde periode lagen de twee technische commissies van de KNAU, de NTC-Junioren, met Joop van Drunen als voorzitter, en de NTC-Senioren, geleid door Hes Grewer, nogal onder vuur. Er was binnen KNAU-kringen veel kritiek op het functioneren van beide commissies. Men werd onder meer eigengereid optreden, gebrek aan communicatie, onvoldoende onderlinge afstemming en gebrek aan vertrouwen in de bondstrainers verweten.

De eerste uit Keizers selectie die daar de wrange vruchten van plukte, was Rona Keller. De atlete van het Dordse Parthenon had, zij het met enige moeite, in de loop van het seizoen aan de EJK-limiet van 2.11,0 voldaan. Inmiddels was echter al duidelijk geworden, dat de andere drie haar op dit nummer de baas waren. Uitzending naar Athene op dit onderdeel was dus uitgesloten. Daar kon de Dordse atlete wel mee leven. Echter geen nood, zo fluisterde de NTC-J haar in, want haar 400 meter was zo goed, dat zij kon rekenen op een plaatsje in de estafetteploeg op de 4 x 400 meter. Op Olga Commandeur na was Rona Keller namelijk de snelste junior in Nederland op de 400 meter. Totdat, volkomen onverwacht en zonder met Hans Keizer te overleggen, de NTC-J het nodig vond om haar op 2 augustus, minder dan drie weken voor het begin van de EJK in Athene, nog een proeve van bekwaamheid te moeten afnemen op een 400 m in Rotterdam. Toen Keller vlak voor de wedstrijd ook nog eens te horen kreeg dat de uitslag ervan bepalend zou zijn voor de samenstelling van de EJK-estafetteploeg (alleen de nummers één en twee zouden voor uitzending in aanmerking komen) en zij bovendien de buitenbaan lootte, was het zelfvertrouwen van de Dordse dusdanig geknakt, dat zij teleurstellend als vierde eindigde. Adios Athene! Keller was echter wel goed genoeg, om de volgende dag in Drachten aan te treden voor de vier-maal-vier tijdens een damesinterland in Drachten. Hoezo onderlinge afstemming?



Olga Commandeur en Fieke Kamps, de twee atletes uit het kamp van Hans Keizer aan wie alle EJK-stormen voorbij gingen. (bron: jubileumclubblad Suomi)

“Misverstand”

Dit was echter nog lang niet het ergste. Na het voor Rona Keller zo teleurstellend verlopen weekend werd door de KNAU de ploeg voor de EJK in Athene bekend gemaakt. Daar waren in elk geval voor de 800 meter Olga Commandeur (2.02,8), Fieke Kamps (2.06,8) en Karin de Nijs (2.09,5) bij. Grote vreugde bij de diverse atletes en hun families. Tot 7 augustus, vijftien dagen voor de aanvang van het EJK. Die dag belde NTC-J-lid Gerda van der Poll-Kraan Hans Keizer thuis op met de mededeling, dat er een misverstand bij de inschrijving was ontstaan: niet drie, maar slechts twee deelnemers zouden in Athene worden toegelaten tot de 800 m. Of Keizer dat zelf maar even wilde meedelen aan Karin de Nijs, die dus zou afvallen. De drie atletes verbleven op dat moment bij hem thuis. Hans deed er een avond en een slapeloze nacht over, voordat hij hiertoe voldoende moed had verzameld...

Volledig geknakt keerde Karin de Nijs de volgende dag huiswaarts. Het aanbod van de NTC-J om als reserve voor de estafetteploeg mee te gaan, sloeg zij begripelijkkerwijze af.

Een dag later had ik een briesende Hans Keizer aan de telefoon. Hij moest zijn gal kwijt en vond bij mij een gewillig oor. Waarschijnlijk was ik op dat moment al bezig aan een AW-verhaal rond de affaire Keller - ik had intussen bij de familie Keller thuis het relaas over het gebeuren rond Rona breed uitgemeten gekregen – dus die NTC-J blunder met Karin de Nijs kon er ook nog wel bij. Dit alles overigens in nauw overleg met AW-redacteur Dick Loman, die zich in eerdere AW's over de NTC-situatie binnen de KNAU ook al enkele malen kritisch had uitgelaten.

Voor Karin de Nijs werd uiteindelijk een noodoplossing bedacht: ze mocht in Athene starten op de 1500 meter, die zij overigens nog nooit had gelopen. Na enig aarzelen en in overleg met Hans Keizer stemde zij hier ten slotte mee in.

Telefoon van Jutte

Ik werkte nog aan mijn AW-artikel, toen ik op zekere dag werd gebeld door KNAU-voorzitter Frans Jutte. Hij wist dat ik bezig was aan een artikel over de EJK-affaire (hoe hij daar achter is gekomen is mij tot op de dag van vandaag een raadsel gebleven) en hoewel hij, naar hij beweerde, niet van plan was om mij het schrijven te beletten, drong hij er bij mij ten zeerste op aan om matig te zijn met mijn kritiek.

Eerlijk gezegd deed me dat wel wat. Ik bedoel, eerder datzelfde jaar had ik al een forse aanvaring met Jutte gehad naar aanleiding van mijn interview met speerwerper Piet Olofsen, waarin die zijn frustraties had geuit rond het internationale paspoort. Jutte had mij naar aanleiding hiervan verweten, dat ik 'riooljournalistiek' bedreef. Ik schreef eerder over deze affaire in Vriendenband nr. 6 van 2010. Ik zat dus bepaald niet op een volgende confrontatie met de KNAU-voorzitter te wachten.

Ik belde met Dick Loman over de kwestie. Die stimuleerde mij om vooral door te gaan en geen blad voor de mond te nemen. Intussen zou hij trachten te achterhalen hoe het nu zat met dat teruggeschoefde aantal op een EJK van maximaal drie naar twee deelnemers per onderdeel. Twee dagen later belde hij terug. Het bleek dat dit besluit al jaren eerder tijdens een EAA-congres in Helsinki was genomen. "En wie denk je dat daar de vertegenwoordiger was namens de KNAU?" zo vroeg hij mij, om vervolgens zelf het antwoord te geven: "Frans Jutte!" Ik viel bijkans van mijn stoel. Jutte had dus, met zijn telefoontje naar mij toe, vooral zijn eigen straatje schoon zitten vegen, zo concludeerden wij beiden. Mijn besluit stond daarna vast: ik zou hoe dan ook niet inbinden voor wat betreft mijn kritiek op het gebeuren rond de EJK-selectie.

Boycot

Mijn verhaal, twee hele pagina's, verscheen dus in de AW van 21 augustus 1975, één dag voordat de EJK in Athene van start zou gaan. Ik heb me laten vertellen, dat de Nederlandse delegatie het nummer bij wijze van spreken op de vliegtuigtrap kreeg aangereikt. Tijdens de reis naar Griekenland was er dus voor de KNAU-begeleiders alle gelegenheid om het artikel niet alleen te lezen, maar ook uitgebreid met elkaar te bespreken.

Dit had drie gevolgen. Allereerst werd de in Athene aanwezige Nederlandse pers door de KNAU volledig geboycot. Zelfs NOS-verslaggever Wim Hoogendoorn, die gedurende het gehele toernooi voor radio en TV reportages verzorgde, moest het al die dagen zonder het commentaar van de KNAU stellen. Ik zal nooit vergeten hoe hij dat in een van zijn radioreportages uitlegde. Het is bij mijn weten de enige keer in mijn leven geweest, dat mijn naam door de ether heeft geklonken.

Ten tweede verscheen er van de hand van het KNAU-bestuur in de volgende AW een bericht, waarin het bestuur stelde zich nadrukkelijk te distantiëren van het door mij geschrevene. In haar ogen was mijn artikel bijzonder tendentius, bevatte het een groot aantal aantoonbare onjuistheden en was het in deze vorm een volkomen onrechtvaardige en niet te tolereren aanval op de NTC-J. Het bestuur schaarde zich dan ook unaniem achter het door de NTC-J gevoerde beleid.

Op het matje

Ten derde moest de AW-redactie bij het bestuur op het matje komen en werd haar onzorgvuldigheid verweten bij het zonder meer plaatsen van mijn bijdrage. Hoofdredacteur Nic Lemmens, die naar zijn zeggen voor het eerst sinds de 25 jaar waarin hij aan de AW meewerkte, bij het bestuur op rapport moest komen, sprak in zijn column over een regelrecht conflict, aangezien het bestuur zich voor honderd procent achter de NTC-J stelde en mijn beweringen als onjuist en tendentius kwalificeerde.

En weet u wat nu het gekke is? Ik heb er daarna nooit meer iets over gehoord. Ik ben er niet uitgegooid, ik heb geen waarschuwing, schorsing of wat voor straf dan ook opgelopen en heb ook nooit iets van een schrijven gezien, waarin de door mij aangehaalde incidenten feitelijk werden weerlegd. Net zo snel als het conflict was opgekomen, ebde het weer weg. Wat er nu zo ‘aantoonbaar onjuist en tendentius’ was in mijn artikel heb ik nimmer mogen vernemen. Merkwaardig.

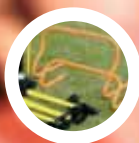
O ja, dat zou ik nog bijna vergeten: Olga Commandeur werd in Athene dus Europees jeugdkampioene op de 800 m. En ook Fieke Kamps haalde de finale, waarin zij keurig zevende werd. En Karin de Nijs? Die liep er op de 1500 meter in haar serie een beetje verloren bij en finishte, je kon eigenlijk niet anders verwachten, als laatste.

Wat ten slotte volstrekt niets met het bovenstaande te maken heeft, maar wel leuk is om hier nog even te vermelden, nu ik toch bezig ben, is dat onze huidige voorzitter, Els Stolk, in Athene deelnam aan de vijfkamp, waarin zij een elfde plaats behaalde.

1975, een jaar om nooit te vergeten.

Piet Wijker

- Loopnummers
- Werpen
- Springnummers
- Wedstrijdmaterialen
- Trainingsmaterialen
- Kinderatletiek
- Kracht en Fitness



De specialist in atletiekmaterialen

Optimale service, de beste selectie en de beste merken, o.a.

UCS *Spirit*

polanik

**NEMETH
JAVELINS**

Telefoon: +31(0)10 - 226 43 90 | mobiel: +31 (0)6 - 21 28 12 99

E-mail: Christian@tammingasports.nl

Website: www.tammingasports.nl



Laat ik het maar gewoon toegeven: ik heb me in het verleden in dit blad best wel negatief uitgelaten over de ontwikkelingen op de 400 m in ons land, of liever gezegd: over het ontbreken van enige ontwikkeling. Wat wil je ook, als we tot eind 2012 moesten vaststellen, dat het overgrote deel van de snelste 400 metertijden die op de Nederlandse ranglijst aller tijden voorkomen, in de vorige eeuw is gelopen. Gelukkig zien we de laatste paar jaar een kentering. Onder aanvoering van mannen als Jurgen Wielart, Bram Peters, Terrence Agard en Liemarvin Bonevacia is een stijgende lijn ingezet, waarbij laatstgenoemde de eer toekomt dat hij het 28 jaar oude nationale record van Arjen Visserman uit de boeken heeft gelopen. Dat staat sinds vorig jaar dus op 45,41 sec.



Marcel Klarenbeek (foto Piet Wijker)

zijn onverwachte uitbarsting, na afloop hebben verzucht: “Ik geloof dat ik maar met atletiek stop, want wat moet ik nu de volgende keer lopen?” Zijn 45,1 sec. was trouwens op dat moment de snelste Europese tijd van het jaar en de vijfde ter wereld!

Toch is dit in de ogen van Marcel Klarenbeek nog steeds niet de snelste 400 metertijd, ooit door een Nederlander gelopen. Die staat immers nog steeds op naam van Harry Schulting, die op 5 augustus 1979 in het Duitse Recklinghausen tot een handgeklotte 45,1 sec. kwam. En Marcel kan het weten. “Ik liep die wedstrijd tegen hem, als tweedejaars A-junior, en ik dacht toen: *jezus, wat heb ik slecht gelopen!* Want ik lag zó ver achter.” Klarenbeek bleek de klokken echter te hebben laten stilstaan op 47,4 sec., een evenaring van zijn toenmalige PR en eentiende seconde sneller dan het bestaande jeugdrecord van Koen Gijsbers. Marcel: “Harry liep gewoon onwijs hard.”

Volgens het verslag over deze wedstrijd in de AW zou Harry Schulting, zelf stomverbaasd over

Nederlandse records werden het overigens allebei niet, die 45,1 van Schulting niet en ook de 47,4 van Klarenbeek niet. Inmiddels had de KNAU namelijk het standpunt ingenomen, dat slechts elektronisch opgemeten tijden voor erkenning in aanmerking zouden komen en in Recklinghausen werd, zoals gezegd, nog met de hand geklokt.

Beweerde ik niet al eerder, dat er over al die beste prestaties die nooit de status van Nederlands record bereikten, een boek kan worden geschreven?

Piet Wijker

Piet van der Kruk verliest van vorkheftruck

In iedere familie zijn zo van die vaste rituelen, dus bij ons ook. Op zaterdag luisteren we tijdens de lunch meestal naar radio 1. Dan is er het taalprogramma “de taalstaat” van Frits Spits. Leuk hoor.

Zo ook op zaterdag 3 januari 2015. In de rubriek scheldwoord van de week werd het woord “belatafeld” gekozen, voor ons niet nieuw, want mijn schoonmoeder gebruikte het altijd als ze boos was. Dat gebeurde niet zo vaak, hoor. Het is overigens het Bargoense woord voor belazerd of zot.

Ingezonden stukken in de krant vormen een ander onderdeel van het taaluurtje. Ditmaal over het taalgebruik van Lodewijk Asscher, die in het A.D. een interview gaf over robots in de toekomst en de invloed op ons dagelijks leven. Mevrouw Marijke van der Heide had daar een weerwoord op geschreven, waarop emeritus Prof. Dr. ir. Jean Dietz uit Delft op zijn beurt weer had gereageerd. Frits Spits ondervroeg hem over zijn robotverhaal en zijn taalgebruik.

Hij vroeg aan de heer Dietz, nadat hij al twee stukjes voorgelezen had: *nee, nee, professor, ik bedoel dat laatste stukje over Piet. O ja, zegt dan dhr. Dietz, dat gaat over mijn buurman, hier in de straat.*

Dat is Piet van der Kruk, de voormalige Olympisch gewichtheffer, die heb ik als voorbeeld genomen dat robots niet alles kunnen. Boven dat stukje staat:

“Piet van der Kruk verliest van vorkheftruck”. Vervolgens zegt hij: *een robot of heftruck kan meer tillen dan Piet, maar technisch goed voorslaan? Vergeet het maar.*



Het gesprek was daarna direct afgelopen.

Elly en ik keken elkaar aan. Onze Piet,

die niet als atleet naar de OS van Mexico 1968 mocht, maar als gewichtheffer daar negende werd bij de zwaargewichten en wordt genoemd in een taalrubriek!

Waarschijnlijk zullen meer vrienden dit gehoord hebben. Ik vond het de moeite waard om het op te schrijven.

Ton Bijkerk schrijft over Piet van der Kruk: met een eigen gewicht van slechts 127,5 kilo kwam hij tot een totaal van 487,5 kg. (drukken 160, trekken 140 en stoten 187,5)

Chris Konings

Wat denk je?

► 1 Verhaaltje

Jack ging met z'n vriend en trainingsmaat Bob een weekend naar Duitsland om daar aan een indoorwedstrijd deel te nemen. Februari is weliswaar de Omnisportmaand, maar voor de NK's was hun niveau net niet toereikend. Trouwens, al van vóór Omnisport veroorloofden ze zich elk jaar zo'n uitstapje. De sfeer, een impuls om de sleur van een winter zonder noemenswaard wedstrijd aanbod te doorbreken..., alleen maar buffelen met zware trainingsprogramma's....

Met Jack's auto gingen ze op vrijdagavond op reis. Vlak bij de Duitse grens kwamen ze in een verschrikkelijk winters noodweer terecht.

Ze verlieten de snelweg en stopten bij de eerste de beste boerderij. Vroegen vervolgens aan de jonge, aantrekkelijk uitzierende dame die de deur opende of ze konden overnachten.



De foto is gemaakt in betere weersomstandigheden.

“Ik weet dat het heel slecht weer is, maar ik ben net weduwe geworden,” zei ze. “Ik ben bang dat de burens zullen praten als ik jullie nu in mijn huis laat overnachten.” “Wees gerust,” zei Jack. “We zijn al geweldig blij als we in de schuur mogen slapen. En als het weer verbetert, zullen we morgenochtend heel vroeg vertrekken, zodat we toch het grootste deel van ons geplande weekend overhouden.”

De dame stemde in en de twee mannen gingen naar de schuur, waar ze de nacht in het hooi doorbrachten. Zaterdagochtend was het weer inderdaad opgeklaard. De zware jachtsneeuw van de avond ervoor was weggetrokken, de weg was redelijk berijdbaar, alles ging verder volgens verwachting, ze presteerden ook nog goed en zo genoten ze van een heerlijk weekend.

Iets meer dan negen maanden later kreeg Jack onverwacht een brief van een advocaat. Het duurde even voor hij begreep, dat die brief over de aantrekkelijke dame ging, die hij tijdens het weekend ontmoet had. Nadat hij de brief gelezen had, ging hij ermee naar zijn vriend en vroeg:

“Bob, herinner jij je de knappe weduwe van die boerderij waar we in februari op weg naar Duitsland een nacht verbleven?”

“Ja, natuurlijk,” antwoordde Bob.

“Euh, ben je die nacht toevallig opgestaan en naar het huis gegaan om haar te bezoeken?”

“Wel, eh....., ja,” zei Bob, verlegen, zich betrappt voelend. “Ik moet toegeven dat ik dat gedaan heb. Ik kon niet slapen en moest nodig naar de wc. Ik moest weer aanbellen om binnen te kunnen. Zij vertelde dat ze ook slecht sliep en vervolgens hebben we op heel diepgaande wijze nog ruim een uur over de positie van de plotseling alleenstaande mens gesproken. Een fijn gesprek, het klikte.”

“En heb je mijn naam in plaats van je eigen naam gebruikt?”

Bob's gezicht werd vuurrood toen hij zei:

“Tja, het spijt me, vriend. Tegen jou kan ik niet liegen. Ik ben bang van wel. Zij vreesde het geroddel van de burens en had mij daar ook een beetje door aangestoken. Maar waarom vraag je dat?”

“Ze is net gestorven en heeft me alles nagelaten.”

Jij dacht.....?

► 2 Raadsel



“Het is wit, heeft vier poten en een staart en leeft in de poolstreek. Wat is het?”

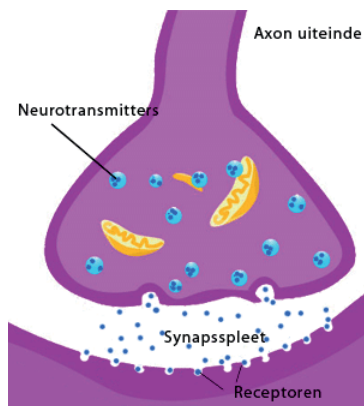
“Een ijsbeer natuurlijk!”

“Inderdaad, dat is een te verwachten antwoord. Maar wie garandeert je dat ik niet een poolvos bedoel?”

► 3 Conclusie

Gelukkig zijn er in de loop der jaren in de menselijke hersenen, zeg maar banen ingeslepen, waardoor indrukken, nieuwe ervaringen logisch geordend worden en die doorgaans snel de meest wenselijke richting aanwijzen hoe je ermee om moet gaan. Via axonen en hun uiteinden, de synapsen, worden impulsen (neurotransmitters) doorgegeven aan de volgende zenuwcel. Die synapsen zorgen zo voor overdracht, maar ook voor opslag (in het geheugen).

Verbazend dat ondanks een slordige 500 biljoen van dergelijke schakelplaatsen zoveel informatie steeds op de goede plaats terecht komt en het direct de door ons gewenste informatieverwerking oplevert!



Toch laten de twee genoemde voorbeelden zien, dat dit niet altijd de juiste koers oplevert.

Dit tijdig realiseren, vlot een eveneens prima bruikbaar alternatief weten te vinden als de situatie daarom vraagt: dat onderscheidt de goede bestuurder, net als de toptrainer, van de “gewone”!

Hugo Tijsmans

AMSTERDAM 2016

EUROPEAN ATHLETICS
CHAMPIONSHIPS

6-10 JULI 2016

OLYMPISCH STADION AMSTERDAM

WWW.AMSTERDAM2016.ORG



ATHLETICS
LIKE
NEVER
BEFORE

INTERNATIONAL PARTNERS



HOST INSTITUTIONS





Nieuws van de Stichting Atletiekerfgoed

► Districtbekers voor de pronkkast

Een tijdje geleden kregen we een telefoontje van Ans Lemaire, de laatste districtsecretaris van “ZUID”. Zij was nog in het bezit van de bekens welke jaarlijks op de district-ALV werden uitgereikt. Bekers, veelal geschonken door “Zuid” prominenten als Jac Schotte, Harrie Piereij en Adriaan Paulen, met daarin gegraveerd de namen van even illustere atleten uit het zuidelijke district. Na de opheffing van de districten hield de uitreiking van deze bekens op. Zo werd Rens Blom in 1996 de laatste ontvanger van de Jac Schotte Junioren Beker voor de beste jaarprestatie. Een van de eerste ontvangers was Jan van Uden in 1957. Tussen begin en eind staan klinkende namen zoals die van Theo Beelen, Harry Schulting, Jeroen van de Meer, Luc Krotwaar en Greg van Hest. Daarmee wil ik demonstreren dat deze bekens van historische waarde zijn, omdat ze een prachtig overzicht geven van atletiekgeschiedenis.

De schenkers van de bekens waren niet flauw. Sommigen zijn van echt zilver.



De bekens van “Zuid”. (foto Chris van der Meulen)

Naast bovengenoemde juniorenbeker zijn er de: Willem Knijff Beker - Loes van der Heyden Beker - Prestatiebekers voor vrouwen en mannen - Ad Paulen Senior Trofee - Ad Paulen Junior Zuil - Harrie Piereij Beker - Jury Beker Jac Schotte en de KNAU Jubileum Beker.

Het zal niet verbazen dat de namen van veel zuidelijke Vrienden zijn terug te vinden op de bekens. U weet me te bereiken als daar vragen over zijn. Alle namen zijn in bestandjes opgenomen. Als de nieuwe website volledig in bedrijf is, zal ik ze daar publiceren.

Ongetwijfeld zijn er ook van de andere voormalige districten massa's bekens op zolders of in kelders opgeslagen. Als u daar weet van heeft, of indien u een vermoeden heeft waar ze zijn, onderneem dan eens een kleine privé zoektocht en informeer de redactie van dit blad. Erfgoed zal zorgen voor een mooi plaatsje voor de oude trofeeën in de bibliotheek op Papendal.

Chris van der Meulen

► Atletiek bij WFC

Onlangs kreeg Chris Konings van de Stichting Atletiekerfgoed een vraag over een medaille. Iemand had bij een kringloopwinkel een medaille op de kop getikt en wilde meer van de herkomst van de medaille weten. Aan de ene kant van de medaille was een afbeelding te zien van een mannenhoofd en de inscriptie VOOR ATHLETIEK, aan de andere kant de inscriptie W.F.C. 1940.

Chris Konings (oud-lid van AV Zaanland, vier keer Nederlands kampioen 800 meter) dook in de archieven en ontdekte dat er op 21 juni 1940 in Haarlem een combinatiewedstrijd voor voetballers en gymnasten plaats had gevonden. Er waren zeven proeven, waaronder drie atletiekonderdelen. Hij vermoedt dat er in Wormerveer ook een dergelijke wedstrijd was.

Dat een voetbalvereniging zich bezig hield met atletiek was niet ongebruikelijk in die tijd. Voor de oorlog werd atletiek breed beoefend. Voetballers, korfballers en gymnasten deden ook aan verspringen, hoogspringen en hardlopen en hadden zelfs eigen kampioenschappen. Binnen de atletiekwereld werd dat ook wel ‘burgeratletiek’ genoemd. Ook bij WFC beoefenden de voetballers de atletieksport. Er kwamen zelfs officiële Nederlandse (atletiek-)kampioenen uit voort. Piet Sint werd in 1916 met 6,12 meter Nederlands kampioen verspringen. Twee jaar later was hij de beste polsstokhoogspringer. Jaap Boot werd in 1932 en 1933 Nederlands kampioen verspringen.

Ook vroeger kende men een soort verenigingscompetitie. WFC had een flinke ploeg en kon het met glans opnemen tegen de gerenommeerde ploegen van Blauw-Wit en Ajax, zo valt te lezen in het jubileumboek 25 jaar WFC uit 1932.

Een ander hoogtepunt was in 1917. Op 2 september organiseerde de NAU (de K was er nog niet) nationale en internationale atletiekwedstrijden op het terrein van WFC. Onder de toeschouwers ook Prins Hendrik en andere hoogwaardigheidsbekleders. Hierdoor kregen de wedstrijden een wel heel bijzonder karakter.

AV Zaanland (opgericht in 1933) trainde in de jaren '30 overigens ook bij WFC. Na de oorlog bood WFC jarenlang onderdak aan AV Lycurgus. Bij WFC was toen de *burgeratletiek* inmiddels al verdwenen.

Paulien van den Berge

Bronnen:

De Vriendenband, december 2014

Jubileumboeken 25 jaar, 50 jaar en 100 jaar WFC/Fortuna

130 jaar atletiek in Nederland, 2001

www.avzaanland.nl

► Oostenrijkse hulp voor de Vriendenband

De Duitse Freunde lezen al jaren onze Vriendenband, en ook in de USA wordt ons blad gelezen. Maar nu krijgen we een tip uit Oostenrijk. Ons lid René van Zee stuurt ons een mailtje, waarin hij ons opmerkzaam maakt op een boek over Franz Stampfl, dat net in Oostenrijk is uitgekomen.

From: René van Zee

Sent: Monday, January 19, 2015 1:54 PM

To: c.h.riskon@hetnet.nl

Subject: <http://www.planet-running.net/bin/content/details.php?id=1022>

Geachte heer Konings,
Ik heb in de Vriendenband het artikel over Stampfl gelezen.

Er is in Oostenrijk een boek verschenen over Franz Stampfl verschenen: auteur Andreas Maier
Aangezien ik in Oostenrijk woon leek me het wel aardig dit even te melden.

Het is het gevolg van een verhaal over interval training in de vorige Vriendenband. Uit onderstaande advertentie (?) blijkt, dat een profeet zelden of nooit in eigen land wordt geëerd.

UNSER ANGEBOT

Biografie Franz Stampfl – Trainergenie und Weltbürger

Franz Stampfl, der „Ernst Happel der Leichtathletik“, wäre jetzt 100 Jahre alt. Nun hat der Laufjournalist Andreas Maier dem in seiner Heimat Unbekannten mit einer glänzend geschriebenen Biografie ein Denkmal gesetzt.

„**Franz Stampfl – Trainergenie und Weltbürger: Biografie eines Visionärs**“ ist ein „must have“ für alle Sport- und Leichtathletik-Interessierten. Die beeindruckende, stets spannend und lebhaft erzählte Geschichte einer der größten Trainerpersönlichkeiten im internationalen Sport bietet jedoch abenteuerlichen Stoff für Leserinnen und Leser, die nicht in der Leichtathletik oder im Sport zu Hause sind. Siehe dazu den [Artikel](#) auf Planet-Running.

Andreas Maier schafft es, mit seiner bildhaften Erzählweise den Leser in den Bann der Lebensgeschichte Franz Stampfls zu ziehen und schafft es optimal, ihm die Faszination rund um die Trainerlegende nahe zu bringen.

[Video](#)

[Bestellen](#) Sie jetzt direkt im Verlag SportImpuls, ein Exemplar ist zum **Preis von 19,90**

Euro erhältlich und eignet sich auch perfekt als Geschenk – gerade jetzt für Weihnachten.
FB

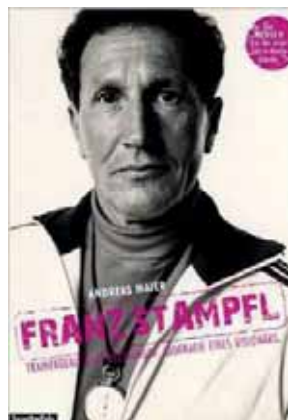
Ernst Happel, ja die kennen ze in het Alpenland wel. Maar Franz zijn ze bijkans vergeten.

Snel aan Erfgoed-bestuurder Melchert vragen, of men dit boek voor de bibliotheek wil hebben. Zou mooi zijn.

En daarbij een hartelijk dank je wel aan René van Zee.

Chris Konings

Het bewuste boek.
(bron: Internet)



► Frans Luitjes



Via de Atletiekunie kwamen we in contact met een nichtje van de veel te vroeg overleden topsprinter Frans Luitjes. Om het geheugen wat op te frissen hieronder een tekst en foto van Wikipedia:

In 1963 werd Luitjes Nederlands kampioen op de 100 m. Met een tijd van 10,4 klopte hij onder andere de voorgaande kampioen [Hans Smit](#). Vanaf dat jaar richtte hij zich tevens op de 200 m. In zijn eerste wedstrijd op die afstand viel Luitjes in voor een zieke collega-loper. Hij kwam tot een tijd van 21,6 en bracht later in dat jaar het Nederlands juniorenrecord op 21,3. In juni 1963 bracht hij samen met Smit, [Marius Bos](#) en [Jaap Noordenbos](#) het [Nederlands record](#) op de [4 x 100 m estafette](#) op 40,9. Voor het eerst in de historie was er in Nederland een tijd binnen de 41 seconden gerealiseerd.

Mevrouw Henny Kuiper schreef ons:

Geachte heer / mevrouw,
ik ben een nichtje van wijlen Frans Luitjes. Toen mijn tante overleed heb ik wat spullen van Frans gekregen, o.a. ook wat spullen van de Olympische Spelen 1964.

Mijn vraag is: kunnen jullie hier wat mee of moet ik het wegdoen?

Ons antwoord:

Geachte mevrouw Kuiper,
hartelijk dank dat U aan ons heeft gedacht. De Stichting Atletiekerfgoed bewaart de geschiedenis van de Nederlandse atletiek. Alle materialen van Frans Luitjes willen we graag overnemen. De Stichting aanvaardt dit soort schenkingen heel graag, echter onder de voorwaarde dat het in eigendom komt van de Stichting Atletiekerfgoed. Onze man in de regio Den Haag, de V& L-atleet en leeftijdgenoot van Frans, Marius Bos, die nog met en tegen Frans heeft gelopen, zal met U contact opnemen om de materialen te komen ophalen.

Ongetwijfeld zal in de volgende Vriendenband Marius Bos het resultaat van zijn bezoek aan mevrouw Kuiper aan ons meedelen.

Chris Konings

► Afscheid met een boek

Per 1 januari jl. heeft Chris Konings afscheid genomen als bestuurslid van Erfgoed. Bij het maken van de boekenlijsten de afgelopen maanden bleek, dat er van de Olympische Spelen van 1900 niets in de bibliotheek te vinden was.



Voor- en achterkant van het boek van Ton Bijkerk over de Spelen van 1900.
(foto's Marius Bos)



In 1999 schreef Ton Bijkerk echter een boekje over de Spelen van de wereldtentoonstelling in Parijs, later erkend als de O.S. van 1900.

Chris Konings vond het een gemis en heeft daarom z'n eigen exemplaar geschonken aan de bibliotheek om die weer wat completer te maken. (red.)



Global Sports Communication

- Expert management of world class athletes
- Advising and organising athletic events
- Specialists in sports marketing and sponsoring



Global Sports
Communication

www.globalsportscommunication.nl

<https://twitter.com/GlobalSportsCom>

De keerzijde van medailles

Een belangrijk facet van de sport is de prestatie, waarbij de grootste belangstelling uitgaat naar overwinningen en ereplaatsen. Het in de prijzen vallen en podiumplaatsen behalen is een streven van de favorieten. Zo ook in mijn roemruchte jaren, waarin ik een scala aan blinkend spul zoals bekers, medailles, lauwertakken en speldjes bijeen sprokkelde.

De eergevoelens die daarmee gevoed werden waren nog niet voldoende. Er kwam een prijzenkast van twee bij twee meter, dertig centimeter diep, gestoffeerd met blauw fluwelen doek en met schuiframen. Deze kwam in mijn woonkamer te hangen. Zo werden bezoekers, zonder te opvallende aandrang mijnerzijds, op mijn geweldige sportieve verrichtingen geattendeerd.

Zoals er echter met het verstrijken der jaren veel in het leven taant, zo kwijnden ook de eergevoelens naar een niveau waarbij er nu schouderophalend wordt gereageerd als er zo nu en dan naar mijn sportieve verleden wordt gevraagd. En zo heeft mijn pronkstuk met gedenkwaardige trofeeën, bij enkele verhuizingen een devaluerende reis ondergaan van woonkamer via slaapkamer naar de zolder.

Wij zijn nu op het moment aangeland om van onze vrijstaande woning naar een zogenaamde nul-treden-woning te verhuizen. (Op zich al een harde confrontatie als ooit beheersers van een soepele tred.) Om het eerbiedig uit te drukken zijn de bewijzen van vergane glorie inmiddels gestorven en gecremeerd. Ik begrijp dat sommige lezers dit onbegrijpelijk zullen vinden. Het is daarom dat ik overweeg om in elk geval wat stoffelijke restanten op een veld van eer uit te strooien. Want bedenk dat ook dit glimmende spul slechts van stof is en tot stof zal wederkeren.

Toen kwam het voorstel van mijn vrouw om een zilveren koffie- en theeservice, dat ik bij de Highland Games in Edinburgh had gewonnen als winnaar van de Engelse mijl, aan een kringloopwinkel af te staan. Het was tijdens een landenwedstrijd Schotland tegen Nederland, die in 1962 op een grasbaan werd gehouden, dat ik dit koningsnummer (op Britse bodem) aan mijn toen nog povere palmares kon toevoegen. En dan die vermelding in de Engelse krant "The Flying Dutchman" liet mij op een roze wolk terug naar Amsterdam vliegen (gelukkig was er toen nog geen Gay-parade).

U begrijpt natuurlijk mijn inconsequente protest. Maar toch krijgt dit zilveren pronkstuk een plaats in de woonkamer van het nieuwe huis. Hoewel ik ook wel enig begrip kan opbrengen voor de bezwaren van mijn vrouw. Een en ander zal u uit onderstaand gedicht duidelijk worden.

Vergane glorie

vroeger was ik een atleet
het is maar dat u het weet
deed dat in een fraaie stijl
races rond de Engelse mijl

iemand sprak jij loopt arrogant
de man had wel verstand
trots die ik nu met woorden schrijf
toonde ik toen met statig lijf

ooit won ik op de Highland Games
de mijl en voelde me sir James
prijs was een zilveren theeservice
prijkt nu nog bleekjes, bijna vies

onlangs poetste Mien dit blazen
mooi dat ze dit nog wil doen
met weemoed dacht ik potjandorie
er glimt nog wat vergane glorie

ja, vroeger was ik een atleet
het is maar dat u het weet

Henk Snepvangers

VOOR HET VOETLICHT

‘De Vrienden moeten geen KNAU-tje gaan spelen’

Mieke Sterk denkt niet in hoogte- of dieptepunten, wanneer ze terugblik op haar atletiecarrière. “Zo zit ik gewoon niet in elkaar. Maar de landen-wedstrijden vond ik geweldig. Daar gebeurde natuurlijk altijd wat. Ik vind het zielig voor de mensen van nu, dat die er niet meer zijn.”

(foto Piet Wijker)



Infobox

Naam:	Mieke Sterk
Geboren:	5 januari 1946 te Haarlem
Discipline:	sprint, horden, meerkamp
Titels:	Ned. kamp. : 100 m 1975, 80 m hrd 1967, 100 m hrd 1969, 1970, 1972 t/m 75, 5-kamp 1973, 1975; Ned. indoorkamp.: 50 m 1975, 60 m 1974, 50 m hrd. 1975, 60 m hrd. 1970 t/m 74, 1976, 1979
Deelnemer OS:	1968
Deelnemer EK:	1971
Deelnemer EK indoor:	1970, 1971, 1973, 1974, 1975
Records:	Ned. recordhoudster.: 200 m 1968, 100 m hrd 1969, 1970-72, 1973-83, 5-kamp 1970-71, 1973-77, 4 x 100 m 1968-2012, 4 x 200 m 1968-heden, 4 x 400 m voor clubteams 1969; Ned. indoorrecordhoudster.: 60 m hrd 1969-1984
PR's:	100 m 11,6 s, 200 m 23,5 s, 400 m 55,0 s, 800 m 2.28,0, 60 m hrd (ind.) 8,1 s, 100 m hrd 13,2 s, ver 6,17 m, hoog 1,73 m, 5-kamp 4440 (NT)

Rare dingen eigenlijk, medailles. Eerst sporten wij ons jarenlang te barsten om ze te winnen, om ze vervolgens in een schoenendoos te proppen en ergens op zolder te stallen, zonder er ooit nog naar om te kijken. Of je moet ze weten te verkanselen. Twee atleten die dat begin vorige eeuw presteerden, werden prompt door de NAU (de K is pas van later datum) geroyeerd, want ze hadden de amateurregels overtreden.

Daar had schaatser Ard Schenk in elk geval geen last van. Die verkocht zijn medailles en ging van het verkregen geld enkele keren heerlijk op vakantie. Zo maakte hij onder andere een trip door Amerika met een Ford Galaxie, die hij na afloop aan de jeugd van New York schonk.

De meesten van ons laten die schoenendoos echter ons hele verdere leven ongemoeid, waarna hij na ons verscheiden door onze nazaten zonder pardon in de grijze container wordt gekieperd, enkele uitzonderingen daargelaten. Bij tijd en wijle leest u daar dan over in de rubriek van de Stichting Atletiekerfgoed, zoals ook in dit nummer.

Medailles omgesmolten

Bij Mieke Sterk zal het nooit zover komen; die heeft haar medailles al in de jaren negentig afgestaan. “Want ik houd helemaal niet van medailles, ik vind het allemaal onzin. Ik heb ze ooit weggegeven. Ik werd op een gegeven moment benaderd – ik was toen Kamerlid – door een groep kunstenaars of zo uit Friesland. Die hadden een project, ze wilden een monument maken voor – wat was het nou ook weer? – het onbekende talent. Ze hadden ook in buurthuizen in Friesland overal bakken neergezet, waar mensen hun oude medailles in konden doen. En zo kwamen ze ook bij mij mijn schoenendoos vol met medailles halen, die eerder had gediend voor kinderen om mee te spelen. Die hebben ze toen allemaal omgesmolten en uiteindelijk werd dat een monument, een lauwerkrans. Hoe dat tot stand kwam, de weg er naartoe, daar hebben ze allemaal foto’s van gemaakt. Geen idee of het ding nog bestaat en ik weet ook niet waar. Nee, je kan bij mij geen medaille meer vinden.” Slechts het Uniekruis heeft ze nog dat zij in 1978 tot haar eigen verbazing – “ondanks al die rellen met de KNAU” – kreeg opgespeld en dat nu, opgeprikt op een foeilelijk wandbordje met daarop in borduurletters ‘je maintiendrai’, op de kop getikt tijdens een markt op Koninginnedag, in haar woonboot in Amsterdam in de wc hangt.

Het is Mieke Sterk ten voeten uit: wars van elke vorm van opsmuk of zelfingenomenheid.

Strand

Apart is ook de wijze waarop zij in de atletieksport verzeilde. Mieke: “Ik had zwaar astma en mijn zuster had een kinderverlammingbeen. We zijn toen om therapeutische redenen vanaf mijn vijfde jaar zomers op het strand gaan wonen, aanvankelijk in een zeildoeken tent, hahaha. Ik heb mijn gezondheid aan het strand te danken, want in die tijd had je nog geen inhalers voor astmatische patiënten. Op mijn verjaardag was ik meestal ziek, maar ik ben er uiteindelijk overheen gegroeid dankzij het strand. En op dat strand – later had mijn vader een huisje in elkaar geknutseld – werd altijd van alles en nog wat georganiseerd. Zo ook atletiekwedstrijden. Dan zetten ze een baantje uit en ging je hoogspringen en dan moest je kuiltjes graven, dat was je startblok. Nou, daar won ik dus en werd ik

‘sportmeisje van het jaar’. En ik korfbalde en deed ook aan gymnastiek. Ik was heel goed in turnen, maar toen moest je een trainer hebben die een oefening kon maken op muziek. En dat kon niet bij mijn vereniging Concordia. Toen ben ik van turnen afgegaan, want ik kon daarom niet meedoen aan hogere wedstrijden. Pas op zestien-, zeventienjarige leeftijd ben ik gaan atletieken.” Bij de Haarlemse damesvereniging Atmodes was dat. In het begin deed ze het korfbal er nog naast. “Dan ging ik eerst trainen in de duinen en dan ’s-middags een korfbalwedstrijd spelen. Maar dat heeft niet zo lang geduurd, hoor. Daarna ben ik alleen verder gegaan in de atletiek, want ik heb toen getraind bij Harry Joacim, de man van Ellen Ort. Dat was de beste trainer.”

Estafette

Vrijwel vanaf het begin viel Mieke op. “Ik won meteen prijzen. De eerste de beste wedstrijd die ik liep als A-meisje, won ik meteen.” Als achttienjarige zat zij in 1964 op de nationale jeugdkampioenschappen al in de finale van de 100 m, al moest Mieke het toen nog afleggen tegen atletes als Martha Klaasen Bos, Hilly Gankema en Lidy Vonk.

Een gericht doel voor ogen had zij overigens niet, nooit gehad ook. “Ik vond die wedstrijden zo heel erg leuk. Toen ik eenmaal de smaak van dat wedstrijdgebeuren te pakken had, deed ik gewoon het nummer waar de minste concurrentie op was. Daar trainde ik voor. Ik heb zelfs nog een keer in de landenploeg gezeten op hoogspringen. Toen was er niemand beter, hahaha.”



Mary Rand (links) en Mieke Sterk tijdens een vijfkampinterland in 1966 in Beverwijk. De Engelse werd er tweede, Mieke vierde. (bron: Wikipedia)

Pas in 1967, bij de vrouwen, veroverde zij haar eerste nationale titel, op de 80 m horden. Des te opvallender is het dat zij reeds een jaar later acteerde op het hoogst denkbare niveau, de Olympische Spelen. Waar voor de meeste atleten het mogen deelnemen aan Olympische Spelen de kroon is op een langdurige, gestaag oplopende carrièrecurve, was het voor Mieke Sterk haar eerste grote, internationale toernooi. “Nou ja, ik was wel de slechtste loopster van de estafetteploeg, hè (hier doet Mieke zichzelf te kort, want juist in mei van dat jaar had zij het nationale record op de 200 m op 23,6 gebracht – PW). Maar goed, ik zat er gewoon bij, zoals je zes mensen hebt die trainen voor een estafetteploeg.

Wil Westphal was de trainer. En op het NK in Groningen, waar wij ons moesten kwalificeren, was ik de vierde beste. Dus ik ging mee. We hebben ontzettend intensief getraind in Overveen – we sliepen daar in een werkende jongerencentrum, hahaha – en zijn daar heel intensief met elkaar opgetrokken, zijn voorafgaande daaraan met de trein ook heel Europa doorgereisd om met elkaar te oefenen. Met die estafetteploeg heb ik natuurlijk alles meegemaakt.”

Godswonder

De band die zo ontstond, was hard nodig toen het er op de Spelen in Mexico op aankwam. Mieke: “Omdat wij natuurlijk, volstrekt bespottelijk, in Mexico zonder trainer aankwamen. Het is echt schandalig wat ze ons geflikt hebben hoor, echt waar! Dus je kreeg ook wel een band door de omstandigheden. Wat denk je dat je allemaal meemaakt en waar je als jong type in verwickeld raakt? Want je wordt dan natuurlijk ook verschrikkelijk besprongen door de pers.”

Het is dan ook een godswonder dat de ploeg in Mexico zo goed voor de dag kwam, al overheerste aanvankelijk de teleurstelling, omdat in de 4 x 100 meterfinale met borstlengte verschil de bronzen plak werd gemist. Maar die prestatie en vooral ook de gerealiseerde tijd van 43,44 s, maar liefst 44 jaar lang ons nationale record, zou je het hoogtepunt van Mieke’s carrière kunnen noemen, ondanks de negentien nationale titels en vijftien nationale records die nog zouden volgen.

Daar moet je bij Mieke Sterk echter niet mee aankomen. “Ik denk helemaal niet in dat soort termen: hoogtepunten, dieptepunten. Zo zit ik gewoon niet in elkaar. En dat ons record nooit werd verbroken, vond ik alleen maar absurd. Ik bedoel, daar waar trainingsomstandigheden en –middelen veel geavanceerder zijn geworden en bewegingswetenschappers zich met de training zijn gaan bemoeien, is het toch absurd, dat die 43,44 al die tijd bleef staan? Ze hadden hem al in Seoel moeten verbeteren, met Nelli Cooman en Marjan Olyslager, dat waren allemaal, stuk voor stuk, betere sprintsters. Ook niet! Ja, dat is het mooie van zo’n estafette, hè, dat er toch iets meer voor komt kijken dan alleen maar hardlopen.”

Rampzalig jaar

Gezien haar inmiddels opgebouwde staat van dienst – een 5^e plaats op de 60 m horden op de EK indoor van 1970, deelname aan de EK van 1971 op de vijfkamp en verschillende nationale hordentitels – zou het logisch zijn geweest, als zij ook aan de Spelen van 1972 in München had deelgenomen. Maar 1972 werd een rampzalig jaar in het leven van Mieke Sterk. Op 6 juli, op de terugweg van een bezoek aan een wedstrijd van Mieke in Parijs, raakten de met elkaar reizende journalist Hans van Wissen, speerwerper Frans van der Heyden en Mieke’s ouders tussen Parijs en Lille betrokken bij een ernstig auto-ongeluk. Mieke: “Frans dood, mijn moeder dood en mijn vader en Hans met breuken en shocks in het ziekenhuis. Nou, dat is dan zó’n schok, want dan heb je, althans ik, nog nooit van je leven over de dood nagedacht. En ik was de oudste thuis, dus ik heb daarna alles moeten regelen.” Ontdaan was ze toen ze, terwijl zij tien dagen na het ongeval druk doende was

om Van Wissen en haar vader uit Frankrijk op te halen – Mieke: “Toen konden ze pas vervoerd worden” – bij terugkomst bemerkte dat haar op één na dierbaarste vriend Frans van der Heyden, waar zij ontzettend veel aan te danken heeft gehad – “Hij was meer dan een broer voor mij” – door zijn familie, buiten haar medeweten om, inmiddels was begraven. Mieke: “Het is de voornaamste reden geweest dat Hans en ik zijn gaan trouwen. Want wij waren van die mensen, die zouden helemaal niet gaan trouwen. Wij houden niet van trouwen, vinden dat allemaal onzin. Maar toen dacht ik: oh, straks gebeuren er ook allemaal van die dingen en dan heb ik er ook niks over te zeggen. Dus dat is de enige reden geweest waarom wij gingen trouwen. Dat was dus op 18 december 1972.”

Eerder die zomer had Mieke nog geprobeerd om zich voor München te kwalificeren. “Maar ik kon natuurlijk geen meter meer lopen. Ik ging wel weer gewoon naar de baan toe, maar je bent er natuurlijk helemaal uit. Ik bedoel, dat zijn zulke heftige dingen. Toen heeft de Atletiekunie mij nog wel de kans gegeven om de limiet op de horden te lopen. In het trainingsstadionnetje van München heb ik nog horden gelopen, weet ik nog. Maar ik kwam één tiende te kort.”

Hollandse dingen

In de jaren erna zouden er nog vele titels volgen, waaronder zeven op horden. “Horden was mijn liefste nummer. Want ik vond het ontzettend leuk om daarop te trainen. Uiteindelijk werd ik dus vooral hordeloopster”, vindt Mieke achteraf. De laatste titel die ze veroverde was in 1979, indoor, op de 60 m horden. “Daarna ben ik er mee opgehouden, jammer genoeg. Mijn achillespezen begaven het.”

Terugkijkend bewaart Mieke Sterk vooral goede herinneringen aan de landenwedstrijden waaraan zij deelnam. “Die vond ik geweldig. Daar gebeurde natuurlijk altijd wat. Je maakte echt heel Hollandse dingen mee, als je het een beetje trof. Ik vind het zielig voor de mensen van nu, dat die er niet meer zijn.”

Nadat zij haar diploma cultureel werk had behaald, kreeg Mieke Sterk in de jaren zeventig een baan als vormingswerker voor werkende jongeren bij het Regiocollege in Zaandam. Toen zij in 1994 namens de PvdA werd benoemd tot lid van de Tweede Kamer, had die baan zich ontwikkeld tot Hoofd van een hele grote afdeling. Mieke: “Ik heb allerlei mensen die niet konden leren binnen dat instituut gebracht, mensen waar iets mis mee was, mensen met een psychiatrische handicap. Op het laatst was ik de baas van een hele grote afdeling met 525 deelnemers en bijbehorend personeel.”

Bobo's

Ze is er vast van overtuigd dat, naast haar werkervaring, ook haar atletiekverleden haar aan die Tweede Kamerzetel heeft geholpen. “Het heeft mij geen windeieren gelegd, om het zo maar eens te zeggen. Ik heb daar heel veel aan te danken, vind ik zelf. Want het is natuurlijk heel erg vormend, dat je niet alles zo maar pikt. In onze tijd waren het natuurlijk nog veel meer de bobo's die het voor het zeggen hadden, of het nou ging op wat voor

schoenen je moest lopen, of wat dan ook. Iedere keer moest je in jouw ogen toch een soort strijd aangaan. Dat vormt je natuurlijk ook erg.”

Pissig

Toen Mieke Sterk na vier jaar Kamerlidmaatschap bij de volgende verkiezingen op een onverkiesbare plaats was gezet – “Ik paste niet in het potje van Jacques Wallage” – en zich, gebruik makend van haar terugkeergarantie, weer bij het regiocollege in Zaandam meldde, was door de inmiddels veranderde wetgeving en een forse reorganisatie haar vroegere afdeling gereduceerd tot zestien medewerkers. Ze werd onderworpen aan een assessment, waaruit kwam dat zij een conflictvermijdend type was. Mieke: “Ik dacht dat ik krom lag. Ik een conflictvermijdend type! In de nabespreking met een psychologe zeg ik nog heel keurig: *daar kan ik mezelf helemaal niet in herkennen*. Zegt die vrouw, heel pissig: *nou, u scoort anders wel zo!* Ik zeg: *nou, misschien klopt uw test dan wel niet, hahaha.*”

Met behulp van een advocaat wist Mieke er voor zichzelf en vijf andere collega's bij de rechtbank in Zaanstad – “Daar zat toen mr. Visser, die rijdende rechter” – nog een aardige ontslagvergoeding uit te slepen. “We hebben die school een behoorlijke poot uitgerukt.”

Nep-oma

Tegenwoordig zit Mieke Sterk in het bestuur van de vereniging van oud-Tweede Kamerleden. “Twee keer per jaar organiseren wij uitjes voor de leden, een keer op locatie en een keer in de Tweede Kamer. Dan hebben we altijd hartstikke interessante sprekers.” En verder is zij in haar eigen regio actief in het ‘Woonbootcomité Amsterdam-Noord’, om op te komen voor de rechten van woonbootbewoners. Mieke: “Want die zijn zó slecht. Je weet gewoon niet wat je meemaakt, jongen!”

Genieten doet ze van haar kleindochter, het kind van de dochter die Hans van Wissen en zij samen kregen. “En ik heb ook een nepleinkind, dat is Timo, de zoon van Hans en Bettine.” (Mieke doelt hier op Bettine Vriesekoop, die een relatie kreeg met Hans van Wissen, nadat haar eigen huwelijk was stukgelopen). Vanaf de geboorte van Timo (Hans was toen inmiddels overleden - PW) heeft Mieke Sterk zich over het kind ontfermd. “Eén dag in de week en soms meer dan één dag sliep-ie bij mij. Later bracht ik hem ook naar school en zo. Dus ik ben een soort nep-oma.”

De ‘Vrienden’ ziet Mieke Sterk vooral als een vereniging om elkaar te ontmoeten. Teveel sprekers op zo’n reünie, waardoor je elkaar nauwelijks kunt treffen, vindt zij belachelijk. “Eén interessante spreker is voldoende, dat is gewoon leuk. Enne... ze moeten geen KNAU-tje gaan spelen, zet dat er maar boven, hahaha. Trouwens, dat eren van die 75-jarigen vind ik gewoon debiel. Ik vind dat zó achterlijk! Als ik er tegen die tijd nog ben, zorg ik in ieder geval dat ik daar niet bij ben. Ik vind het verschrikkelijk.”

Zoals gezegd: Mieke Sterk, ten voeten uit.

Piet Wijker

Veren voor Wijker en Weenink

Ja, beste Joop Weenink, ik weet het, bij de Vrienden kennen we eigenlijk alleen pluimen die tijdens de jaarlijkse reünie worden uitgereikt. Maar in dit geval wil ik jullie, Piet Wijker en jij, graag een flink aantal veren op je hoed steken. Want Joop, na een telefoontje kreeg je direct de journalist aan de lijn. Maar als je 92 bent met een formidabel geheugen, is dat kennelijk geen probleem.

Want wat was er aan de hand, beste Vrienden?

De Leeuwarder Courant had besloten dat bij de 150^{ste} geboortedag van de vader aller sporten in Nederland en oprichter in 1889 van de Nederlandschen Voetbal- en Athletischen Bond (NVAB), zoals deze bij de oprichting officieel werd genoemd, uitgebreid moest worden stilgestaan. Deze bond stelde zich tot doel het Voetbalspel en de

Atletische spelen in Nederland te bevorderen en algemeen bekend te maken.

Op 15 pagina's, verdeeld over evenzoveel weken, zal over de geschiedenis van deze in Friesland geboren Pim Mulier (spreek uit Muljee) worden geschreven. En ja, daar werd ook "Erfgoed", (Erfskip in het Fries) benaderd.

Journalist Peter van der Meeren kwam langs en nam mijn halve bibliotheek even mee. Hij vond dat er een aansprekende kapstok moest komen voor zijn deel van het verhaal.

Bij het doorbladeren van oude plakboeken stootte hij op een krant, waarin stond dat atleet X van AV Zaanland voor de 2^e maal de Pim Mulierloop bij de junioren had gewonnen. Hebbes, daar kan ik wat mee, dacht Peter. Maar bovengenoemde winnaar heeft Pim nooit gekend, want die overleed in 1954 en de uitslagen waren van 1958 en 1959.

Wel stond er in dat stukje krant, dat de AV Suomi voor de 20^{ste} maal deze wedstrijd organiseerde in het



De laatste keer dat Pim Mulier bij de naar hem vernoemde loop aanwezig was, was in 1952. Hier reikt hij de wisselbeker bij de mannen uit aan Olympus-atleet Jan Borst. (bron: *De geschiedenis van de Pim Mulierloop*)

Velserbeekpark. Dus direct onze Piet Wijker, mr. Suomi himself, even gebeld. Resultaat: 10 pagina's tekst uit het boek 'De geschiedenis van de Pim Mulierloop' met foto's en al.

De vraag was op dat moment: leven er nog winnaars van deze veldloop die Mulier gekend of ontmoet hebben? Op een antwoord hoef je bij onze hoofdredacteur nooit lang te wachten, ook nu niet.

"Ja natuurlijk", aldus Piet, "jij hebt tijdens de laatste ALV/reünie nog met hem zitten praten, want hij, Joop Weenink, was met mij meegereden naar Gouda. Zijn telefoonnummer staat in de ledenlijst." Beste Piet, als jij denkt dat ik hem bellen kan, dan doe ik dat toch voor de krant. Het was snel duidelijk dat Joop een ijzeren geheugen heeft. In een paar minuten tijd bleek, dat hij op zijn 92^{ste} best een Friese sportjournalist te woord wilde staan.

NK 1942: Joop Weenink op kop van de 5000 m. Hij wordt tweede in 16 min., achter Slijkhuis in 15 min. 43,3 sec. (bron: Nederlandse Atletiekhistorici; herkomst foto: Joop Weenink)

Peter van de Meeren belde me een uurtje later met: wat een man, geweldig gesprek gehad, wat een geheugen.

Omdat het zo bijzonder is hieronder een uittreksel van de LC met een stukje van het interview.

Durk van Saene



Bij deze historische wedstrijd wordt sinds 1937 stilgestaan. In dat jaar werd in Velsen de 'tweede' Pim Mulier Veldloop gehouden. Vanaf 1942 is de organisatie in handen van atletiekvereniging Suomi. In dat jaar stonden zeventig atleten aan de start. De prijzen werden uitgereikt door Pim Mulier zelf, 77 jaar inmiddels. "Maar hij maakte nog een energieke indruk", weet Joop Weenink als de dag van gisteren. De nu 92-jarige Weenink was in 1941 een van de oprichters van AV Suomi en ontving een jaar later uit handen van Mulier de tweede prijs.

In 1945 en 1947 greep de in Driehuis woonachtige Weenink de zege. Opnieuw reikte Mulier de prijzen uit. "Je keek tegen hem op, hij was een bekendheid. Het was een hele eer om een hand van Mulier te krijgen alsmede een paar mooie woorden", zegt Weenink. "Hij was oprecht geïnteresseerd. Geen flauwekul. Hij vroeg hoe het met me ging, hoe ik trainde en of het veldlopen mijn specialiteit was. Een betrokken man. Hij wist veel van atletiek", aldus Weenink.

TOPATLETIEK EN ENTERTAINMENT IN HET OLYMPISCH STADION OP VRIJDAGAVOND 22 AUGUSTUS 2014



foto Erik van Leeuwen



foto Pieter Willems


Flame games
ATHLETICS

Daar was niets mee miszegd. Zo was er bijvoorbeeld de Amerikaanse top-sprinter **Justin Gatlin** uit Amerika, die laat in de avond de 100 meter in 10,00 sec. aflegde, een stadionrecord. En ook **Patrick van Balkom**, de vroegere sprint-kampioen, die als dj de regie voerde over de muzikale omlijsting. Zelfs de zangeressen geraakten in vuur en vlam. Dit alles omlijst door en afgesloten met een spetterend vuurwerk.

**VOLGENDE FLAME GAMES:
5 SEPTEMBER 2015!**

Jeugdfonds - Zijn dromen dan toch geen bedrog?

Veel jonge mensen beginnen aan een sport met een droom. Ze willen ooit een Sven Kramer of Dafne Schippers worden en dromen over het winnen van grote prijzen. Dat bracht mij op het idee om eens terug te gaan in de tijd om te zien, wat atleten voor doelstellingen hadden opgegeven bij hun nominatie voor ondersteuning vanuit het Jeugdfonds van de Vrienden. Waarvan droomden zij toen en wat is er van terechtgekomen? In dit verhaal nemen wij 3 atleten onder de loep, die door het Jeugdfonds ondersteund zijn, of nog worden en u mag zelf bepalen, of zij in de toekomst kunnen kijken, helderziend zijn of hun dromen weten te realiseren door keihard te trainen.

► Eelco Sintnicolaas

2008 was een van de jaren waarin wij Eelco Sintnicolaas ondersteunden. Vragend naar zijn doelstellingen antwoordde hij toen, dat hij op korte termijn de 8000-puntengrens wilde halen op de tienkamp en hij droomde heel voorzichtig van deelname aan de Olympische Spelen in dat jaar. Voor 2009 was zijn doel om op het podium te komen bij het EK voor atleten onder de 23 jaar en in 2010 deelname aan het EK voor senioren. Op de lange termijn was zijn doel om het Nederlands record op de tienkamp te verbeteren en deel te nemen aan de Olympische Spelen in 2012. Ter informatie: begin 2008 was Eelco 20 jaar.



Eelco Sintnicolaas op het ereschavot tijdens het EK indoor in 2013. De titel op de 7-kamp had hij in elk geval niet voorzien. (foto Erik van Leeuwen)

Anno 2015 weten wij welke van deze doelstellingen er zijn gerealiseerd: Bijna allemaal: In 2009 werd hij in Kaunas Europees kampioen onder de 23 jaar met 8112 punten en in 2010 realiseerde hij niet alleen deelname aan het EK voor senioren, maar won hij daar zilver met een puntentotaal van 8436, een verbetering van zijn PR met maar liefst 277 (!) punten. In 2012 was Eelco deelnemer aan de 10-kamp bij de Olympische Spelen in Londen, nadat hij eerder dat jaar in Götzis het Nederlands record op 8506 punten wist te brengen.

Wat niet in zijn doelstellingen van 2008 stond, maar als extraatje werd binnengehaald was de Europese indoortitel op de 7-kamp in 2013.

► Sharona Bakker

Een atlete met duidelijke doelstellingen en dromen is Sharona Bakker. Als wij kijken naar haar doelstellingen in 2010, dan waren deze voor de korte termijn: in 2010 een podiumplaats bij de Nederlandse kampioenschappen en zowel in- als outdoor snellere tijden op de klokken brengen. Doelstelling voor 2010 was een tijd van 13,70 sec. op de 100 m horden. Voor 2011 werd de lat nog iets hoger gelegd en was het doel om nationaal kampioene te worden op zowel de 60 m horden indoor als de 100 m horden outdoor. Er moest een tijd gerealiseerd worden van 13,45 en de limiet voor de Europese kampioenschappen onder de 23 jaar moest gehaald worden. In 2012 was het doel een tijd van 13,10 sec. en deelname aan het Europees kampioenschap voor senioren. Op langere termijn was het doel om aansluiting bij de internationale top te krijgen. Waren dit reële doelstellingen of toch dromen?

De doelstellingen voor 2010 waren toch wat te hoog gegrepen. Bij de indoorkampioenschappen werd Sharona 5^e en buiten werd zij tijdens het NK gediskwalificeerd. De doelstellingen voor 2011 werden echter niet naar beneden bijgesteld, alhoewel deze best ambitieus genoemd mochten worden. Hoewel er geen enkele van de doelstellingen werd behaald, kwam Sharona er wel heel dicht bij, in ieder geval duidelijk beter dan in 2010. Zij won zilver bij de indoorkampioenschappen en brons buiten en er werd deelgenomen aan de Europese kampioenschappen onder de 23 jaar. Ook toen werden de doelstellingen niet bijgesteld en in 2012 was het dan helemaal raak: de nationale titels werden zowel binnen als buiten gewonnen en deelname werd afgedwongen aan de Wereldkampioenschappen indoor. De droomtijd van 13,10 werd op slechts op 4/100 gemist.

Intussen weten wij dat Sharona in 2014 haar PR op 12,85 heeft weten te brengen en in dat jaar veel prijzen heeft gewonnen, waaronder de Ter Specke Bokaal.



Sharona Bakker (links) met de Ter Specke Bokaal, die zij vorig jaar won. (foto Ed Turk)

► Denzel Comenentia

Kan men blijven dromen? Tot slot wil ik een jongere atleet onder de loep nemen: Denzel Comenentia, 19 jaar en vorig jaar tijdens onze jaarvergadering onderscheiden met de Pluim. Denzel werd eind 2013 genomineerd voor ondersteuning door het Jeugdfonds en had voor 2014 onder andere de volgende doelstellingen: Nederlands juniorenkampioen blijven, het nationaal record bij de junioren verbeteren, persoonlijke records op de onderdelen kogelslingeren, kogelstoten en discuswerpen, deelname aan de wereld juniorenkampioenschappen en daar medailles winnen.

Welke dromen kwamen in 2014 uit? De mooiste dromen waren natuurlijk de zilveren medaille bij het kogelstoten tijdens de WJK in Eugene en het nationale juniorenrecord indoor, dat op naam stond van Rutger Smith en hij verbeterde naar 19,75 m. Daarnaast werd hij nationaal juniorenkampioen bij het kogelslingeren, kogelstoten en discuswerpen.

Een paar van zijn doelstellingen voor de komende jaren. 2015: Een medaille op NK-indoor, NK-outdoor medaille, kwalificatie en deelname aan de Europese indoorkampioenschappen en EK<23, kwalificatie en deelname aan de Wereldkampioenschappen. Voor 2016: deelname aan de Europese kampioenschappen en eventueel deelname aan de Olympische spelen. Dromen die uitkomen? Sommige dromen komen uit, maar je moet er wel veel voor doen!

Wim van der Krogt



Meer sporten en nieuwe mensen ontmoeten.
Samen bewegen op een Olga Commandeur Plein.

**Ouderen
in beweging**
samen op een Olga Commandeur plein





Vegatest

Met de VEGATEST- methode kunnen uitspraken worden gedaan over zwakke organen, belasting door pesticiden of insecticiden, een gebrek aan bepaalde stoffen, aanwezige parasieten, vergiftiging met zware metalen overgevoeligheid voor bepaalde levensmiddelen en allergische reacties.

Vegacheck

Met behulp van de Vegacheck wordt van verschillende gebieden in het lichaam de reactie op prikkels gemeten. Wanneer het lichaam te sterk of te zwak op een prikkel reageert, is er sprake van een storing in het lichaam die ziekteverschijnselen oproept of kan gaan oproepen.

Quantumfysica

In 60 seconden meten welke tekorten er zijn.

072-5156782 • www.marjabak.nl
marja.bak@gmail.com



ENERGIEK

Gouden ouwe



Vlnr Tilly van der Zwaard, Marianne Thomas, Lia Louer-Hinten en Prins Claus. (foto beschikbaar gesteld door Tilly van der Zwaard)

Tilly van der Zwaard, Marianne Thomas en Lia Louer-Hinten in gesprek met Prins Claus. Wij kregen deze foto toegezonden van Tilly, maar wanneer hij was genomen, wist zij niet meer, evenmin als waar zij met Prins Claus nu zo geanimeerd over stond te praten. Marianne Thomas wist het echter nog precies: “Het is bij het vertrek op Schiphol voor de Olympische Spelen in Mexico en Tilly vroeg aan

hem hoe het met de kleine was, Alexander, en hij antwoordde: dat hij wel eens uit zijn slaap gehouden werd door de kleine. Niet verzonnen, waar gebeurd.”

Piet Wijker